

การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตชุมชนเมือง
เทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก

**Factors Affecting Quality of Life of the Elderly in Urban Community
of Arunyik Municipality, Phitsanulok Province**

นนทชา ชัยทวิชานันท์,

กมลภพ ยอดบ่อพลับ และ พิงรัก ริยะชน

มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม

Nonthacha Chaitawittanun,

Kamonpob Yotbophub and Pungrak Riyakhan

Pibulsongkram Rajabhat University, Thailand

Corresponding Author, E-mail : ploy_der@hotmail.com

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเมือง จังหวัดพิษณุโลก (2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเขตชุมชนเมือง จังหวัดพิษณุโลก เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ โดยมีกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุอายุตั้งแต่ 60 ปีเป็นต้นไป จำนวน 400 คน โดยแบ่งตามสัดส่วนประชากรในแต่ละชุมชน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย พบว่า

1. ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเมือง มีระดับคุณภาพชีวิตในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยดังนี้ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสภาพแวดล้อม ด้านจิตใจ และด้านร่างกาย ตามลำดับ

2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ คือ การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน การดำรงตำแหน่งในชุมชน การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน สิ่งแวดล้อมในชุมชน และการได้รับข้อมูลข่าวสาร ซึ่งร่วมกันอธิบายการแปรผันของระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในภาพรวมได้ร้อยละ 82.2 โดยปัจจัยที่มีประสิทธิภาพในการพยากรณ์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในภาพรวมมากที่สุด คือ การดำรงตำแหน่งในชุมชน รองลงมา คือ การได้รับข้อมูลข่าวสาร สิ่งแวดล้อมในชุมชน และการเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน ดังนั้น ถ้ามีการพัฒนาปัจจัยทั้ง 4 ดังกล่าวจะทำให้ผู้สูงอายุในเขตชุมชนเมืองพิษณุโลก มีคุณภาพชีวิตที่สูงขึ้น

* วันที่รับบทความ: 23 เมษายน 2564; วันที่แก้ไขบทความ 29 พฤษภาคม 2564; วันที่ตอบรับบทความ: 30 พฤษภาคม 2564

Received: April 23, 2021; Revised: May 29, 2021; Accepted: May 30, 2021

คำสำคัญ : ผู้สูงอายุ; คุณภาพชีวิต; ชุมชนเมือง

Abstracts

The study of aims to 1) study level of elderly's quality of life in the urbanized community, 2) study factors affecting the elderly's quality of life. The samples were 400 elderlies with over 60 years of age divided according to population proportion in each community. It is a quantitative research.

The data were collected by employing and analyzed by using percentage, mean and standard deviation.

The findings were found that

1) The level of elderly's quality of life overall was at high level ranking from the highest mean to the lowest mean as follows: social relations, environment, mental and physical conditions respectively.

2) Factors affected the elderly's quality of life were that activity participation, having the position or status in the community, environmental conditions at community and obtaining information which could be described the variation of the elderly's quality of life overall were at 82.2 %. The highest factor resulted to the prediction of the elderly's quality of life is having the position or status in the community, followed by obtaining information, environmental conditions at community and activity participation. Therefore, if there are the 4 factor-development aforementioned, the elderly's quality of life will be higher.

Keywords: The Elderly, Quality of Life, Urbanized Community

บทนำ

ปัจจุบันโลกมีประชากรประมาณ 6,705 ล้านคน (Population Reference Bureau, 2008) และเกือบร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมดหรือประมาณ 600 กว่าล้านคน คิดเป็น 1 ในทุก 10 คน ของประชากรโลกเป็น “ประชากรสูงอายุ” จากการคาดประมาณขององค์การสหประชาชาติในปี พ.ศ. 2545 พบว่าประชากรผู้สูงอายุ (60+ปี) ของโลกจะเพิ่มจาก 328 ล้านในปี พ.ศ. 2533 เป็น 828 ล้านในปี พ.ศ. 2563 จะเพิ่มสูงถึง 2 เท่า ในขณะที่ประชากรรวมจะเพิ่มเพียงครึ่งเดียวเท่านั้นและคาดการณ์ว่าใน พ.ศ. 2593 จะมีผู้สูงอายุประมาณ 2 พันล้านคนคิดเป็น 1 ใน ทุก 5 คนของประชากรโลก และจะเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์ของมนุษยชาติที่มีประชากรผู้สูงอายุมากกว่าประชากรเด็ก ซึ่งการคาดการณ์ประชากรครั้งนี้ พบสิ่งที่น่าแปลกใจมากคือระหว่างช่วงปี ค.ศ. 2005-2050 ประชากรโลกที่เพิ่มขึ้น ครึ่งหนึ่ง เป็นการเพิ่มในกลุ่มประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การเพิ่มในประเทศกำลังพัฒนา ดังนั้น ประเทศกำลังพัฒนาเหล่านี้ จะต้องมีการดำเนินการเพื่อรับมือกับสถานการณ์เปลี่ยนแปลงทางประชากรดังกล่าวให้ได้ (Graeme Hago, 1992 : 23 – 45) กล่าวโดยสรุป ก็คือ ในปัจจุบันโครงสร้างประชากรโลกคล้ายกับรูปวงรี คือ ป่องกลาง ส่วนล่างและ

บนสุดแคบแต่โครงสร้างของประชากรโลกใน 42 ปีข้างหน้า (พ.ศ. 2593) จะกลายเป็นรูปพีระมิดกลับหัว กล่าวคือประชากรโลกสูงอายุจะมีจำนวนมากกว่าจำนวนประชากรที่เหลือน้อย (ผู้สูงอายุล้านโลก, 2552 : ออนไลน์)

ขณะที่จำนวนรวมของประชากรประเทศไทยค่อนข้างจะคงตัวนั้น ประชากรในกลุ่มที่เป็นส่วนยอดของพีระมิดหรือประชากรผู้สูงอายุมีขนาดใหญ่ขึ้น และที่สำคัญคือเติบโตอย่างรวดเร็ว ในปี พ.ศ. 2553 ที่ผ่านมามีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปจำนวน 7.5 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 12 ของประชากรประเทศไทยทั้งหมด 64 ล้านคน แต่ประชากรกลุ่มผู้สูงอายุนี้อาจเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ด้วยอัตราปี ละประมาณร้อยละ 5 ทำให้เพิ่มจำนวนขึ้นอีกเท่าตัวเป็นประมาณ 15 ล้านคน ในอีก 20 ปี ข้างหน้า ซึ่งคิดเป็นประมาณร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด และเพิ่มเป็น 16.6 ล้านคนในอีก 30 ปี ข้างหน้า หรือคิดเป็นประมาณร้อยละ 27 ของประชากรทั้งหมด ถ้าแบ่งประชากรสูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปออกเป็น 3กลุ่ม คือ (1) กลุ่มผู้สูงอายุวัยต้น อายุ 60 – 69 ปี (2) กลุ่มผู้สูงอายุวัยกลาง อายุ 70 – 79 ปี และ (3) กลุ่มผู้สูงอายุวัยปลายอายุ 80 ปีขึ้นไป (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2559 : ออนไลน์)

ฉะนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ จึงศึกษาระดับคุณภาพชีวิต และปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูง ประเทศไทยและชุมชนในเขตเมืองพิษณุโลก มีจำนวนและสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้นมาอย่างต่อเนื่องจากอดีต และในอนาคตคาดว่าจะเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องต่อไป ดังนั้นแนวโน้มดังกล่าวย่อมนำมาซึ่งปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในด้านต่างๆ มากมาย ตลอดจนความจำเป็นที่จะต้องมีการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเชิงประจักษ์ต่อไปอย่างแน่นอน อาทิ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านความรู้ในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ ด้านความมั่นคงของรายได้และการทำงาน ด้านที่อยู่อาศัย และด้านกิจกรรมชุมชน การปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่มีแนวโน้มเป็นสังคมเมืองอย่างรวดเร็ว เป็นต้น

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นจึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทราบถึงคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเมืองเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลกว่าเป็นอย่างไร และมีปัจจัยอะไรบ้างที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนเมืองเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก เพื่อให้องค์กรที่ดำเนินงานเกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้สูงอายุได้ใช้และประยุกต์ใช้ผลการวิจัยในการกำหนดนโยบาย มาตรการ โครงการและวางแผนดำเนินการกิจกรรมต่างๆ ให้กับผู้สูงอายุสู่การปฏิบัติจริงต่อไปได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตชุมชนเมืองของเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเขตชุมชนเมืองของเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้สูงอายุ อายุ 60 ปีขึ้นไป อาศัยอยู่ในเขตชุมชนเมืองหรือเขตเทศบาลเมือง จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 108,582 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จำนวนทั้งสิ้น 3,876 คน แยกเป็นชาย 1,700 คน หญิง 2,176 คน โดยการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยแบ่งตามสัดส่วนประชากรในแต่ละชุมชน ได้จำนวน 400 คน โดยการเก็บแบบสอบถาม

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือที่ใช้ในศึกษาครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี วรรณกรรม งานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้มาเป็นประเด็นในการทำแบบสอบถามเป็นด้านต่างๆ ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเขตชุมชนเมืองของเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถามตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

3.1) ผู้วิจัยทำการขอหนังสือขออนุญาตในการแจกแบบสอบถามจาก หัวหน้าศูนย์ ประจำเทศบาลเมืองอรัญญิก กองสวัสดิการและสังคม ถึงนายกเทศบาลเมืองอรัญญิก อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

3.2) ผู้วิจัยได้นำหนังสือขออนุญาตเสนอต่อกลุ่มผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้

3.3) ทำการแจกแบบสอบถาม จำนวน 400 ฉบับ โดยการแจกจ่ายและเก็บคืนแบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก ได้รับแบบสอบถามกลับคืนทั้งหมดคิดเป็น ร้อยละ 100

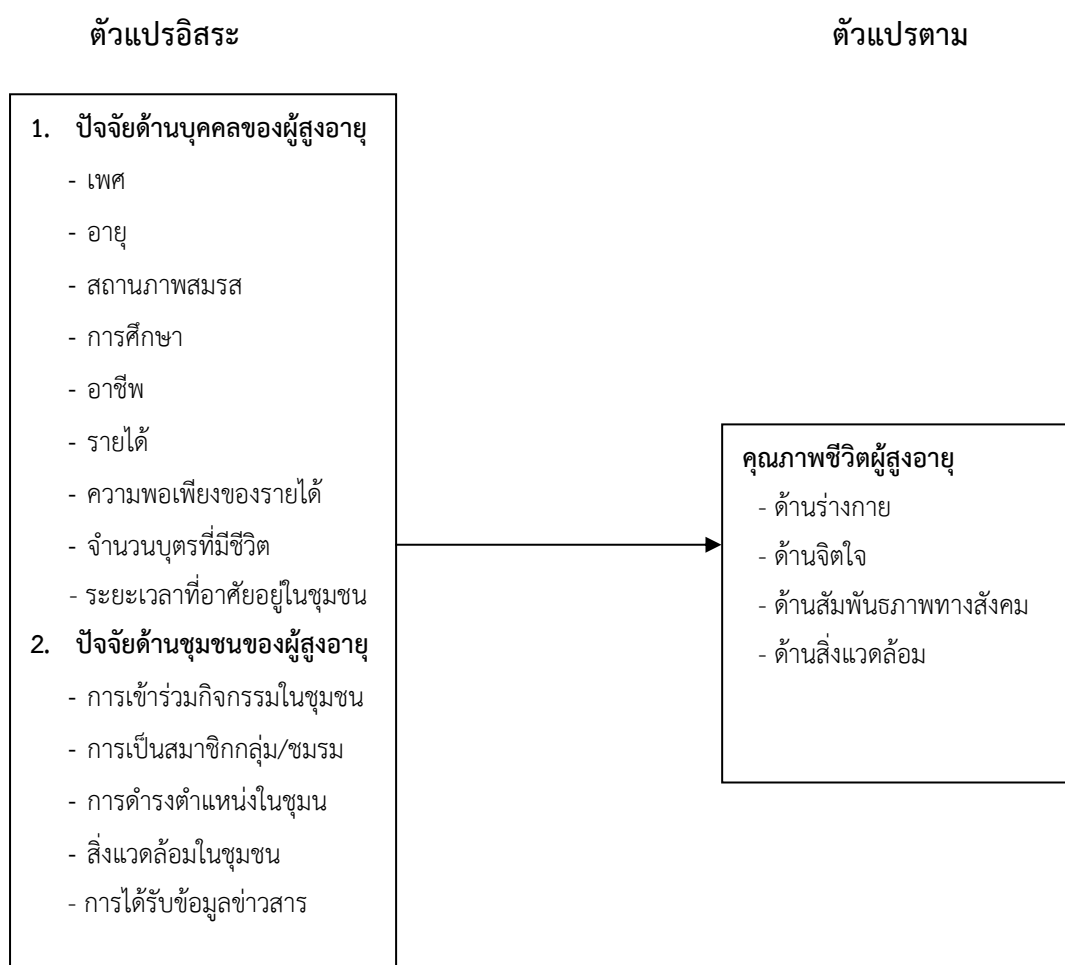
3.4) ทำการเก็บแบบสอบถามที่กลุ่มตัวอย่างทำการตอบเรียบร้อยแล้ว

3.5) ตรวจสอบความถูกต้อง ความครบถ้วนสมบูรณ์ แล้วไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถาม หลังจากที่ได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามเรียบร้อยแล้ว นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ ดังนี้ สถิติ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบการนำตัวแปรเข้าทั้งหมด (Enter multiple regression analysis)

กรอบแนวคิดในการวิจัย



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก สรุปได้ดังนี้

คุณภาพชีวิตในการศึกษานี้มีองค์ประกอบ 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม

การศึกษาระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน ผู้วิจัยได้สรุปผลการศึกษา ในภาพรวมและในลักษณะรายด้าน ตั้งแต่ตารางที่ 1 ถึง 5 ตามลำดับ ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 1 ระดับคุณภาพชีวิตในภาพรวมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก

ข้อมูลด้านคุณภาพชีวิต		ระดับคุณภาพชีวิต		
ของผู้สูงอายุ		ค่าเฉลี่ย	ค่า S.D	แปลผล
1	ด้านร่างกาย	3.93	0.853	ระดับมาก
2	ด้านจิตใจ	3.97	0.842	ระดับมาก
3	ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	4.01	0.874	ระดับมาก
4	ด้านสภาพแวดล้อม	4.08	0.790	ระดับมาก
ภาพรวม		4.00	0.839	ระดับมาก

จากตารางที่ 1 พบว่า คุณภาพชีวิตในภาพรวมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลกอยู่ในระดับมาก ด้านสิ่งแวดล้อมมีค่าเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามสูงสุดคือ 4.08 รองลงมาคือด้านความสัมพันธ์ทางสังคม 4.01, ด้านจิตใจมีค่าเฉลี่ย 3.97 และด้านร่างกายมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ 3.93

ตารางที่ 2 ระดับคุณภาพชีวิตด้านร่างกายของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านร่างกาย	ระดับคุณภาพชีวิต		
	ค่าเฉลี่ย	ค่า S.D	แปลผล
1 ท่านมีความสามารถในการดูแลตนเองในเวลาที่เหมาะสม	3.94	0.890	ระดับมาก
2 ท่านมีสุขภาพดีไม่เจ็บป่วย	3.82	0.896	ระดับมาก
3 การพักผ่อนที่เพียงพอส่งผลต่อสุขภาพร่างกายที่ดี	3.94	0.826	ระดับมาก
4 สุขภาพร่างกายของท่านมีความมั่นใจในการใช้ชีวิตได้เป็นอย่างดี	4.02	0.802	ระดับมาก
ภาพรวม	3.93	0.853	ระดับมาก

จากตารางที่ 2 พบว่าคุณภาพชีวิตด้านร่างกายของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลกอยู่ในระดับมาก ด้านร่างกายมีค่าเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามสูงสุดคือหัวข้อสุขภาพร่างกายของท่านมีความมั่นใจในการใช้ชีวิตได้เป็นอย่างดีค่าเฉลี่ย 4.02 หัวข้อท่านมีความสามารถในการดูแลตนเองในเวลาที่เหมาะสมค่าเฉลี่ย 3.94 ลำดับรองลงมาคือหัวข้อการพักผ่อนที่เพียงพอส่งผลต่อสุขภาพร่างกายที่ดีค่าเฉลี่ย 3.93 และหัวข้อท่านมีสุขภาพดีไม่เจ็บป่วย 3.82

ตารางที่ 3 ระดับคุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านจิตใจ	ระดับความต้องการ		
	ค่าเฉลี่ย	ค่า S.D	แปลผล
1 ท่านมีสมาธิในการทำงานต่างๆ ได้ดี	3.93	0.873	ระดับมาก
2 ท่านสามารถรับรู้ความรู้สึกทางบวกของบุคคลอื่นได้	3.96	0.827	ระดับมาก
3 ท่านสามารถจัดการความเศร้าความกังวลได้	4.00	0.845	ระดับมาก
4 ท่านสามารถเอาชนะสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต	4.00	0.850	ระดับมาก
5 ท่านมีความรู้สึกดีโดยรวม	3.99	0.818	ระดับมาก
ภาพรวม	3.97	0.842	ระดับมาก

จากตารางที่ 3 พบว่าคุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลกอยู่ในระดับมาก ด้านจิตใจมีค่าเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามสูงสุดคือหัวข้อท่านสามารถจัดการความเครียดความกังวลได้ค่าเฉลี่ย 4.00 และหัวข้อท่านสามารถเอาชนะสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตค่าเฉลี่ย 4.00 ลำดับรองลงมาคือหัวข้อท่านมีความรู้สึกดีโดยรวมค่าเฉลี่ย 3.99 และหัวข้อท่านสามารถรับรู้ความรู้สึกทางบวกของบุคคลอื่นได้ 3.96

ตารางที่ 4 ระดับคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์		ระดับความต้องการ		
ทางสังคม		ค่าเฉลี่ย	ค่า S.D	แปลผล
1	ท่านเข้าร่วมการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุบ่อยๆ	3.99	1.011	ระดับมาก
2	ท่านเข้าร่วมการจัดกิจกรรมวันสำคัญทางศาสนาบ่อยๆ	3.99	0.830	ระดับมาก
3	ท่านมักเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เช่น เทศกาลงานสำคัญในชุมชน	4.00	0.871	ระดับมาก
4	ท่านพอใจต่อการผูกมิตรหรือมักชอบพบปะเข้ากับบุคคลอื่น	4.04	0.812	ระดับมาก
5	ท่านพอใจกับการช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อนๆ ผู้สูงอายุ	4.02	0.849	ระดับมาก
ภาพรวม		4.01	0.874	ระดับมาก

จากตารางที่ 4 พบว่าคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลกอยู่ในระดับมาก ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมมีค่าเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามสูงสุดคือหัวข้อท่านพอใจต่อการผูกมิตรหรือมักชอบพบปะเข้ากับบุคคลอื่นค่าเฉลี่ย 4.04 และหัวข้อท่านพอใจกับการช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อนๆ ผู้สูงอายุค่าเฉลี่ย 4.02 ท่านมักเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เช่น เทศกาลงานสำคัญในชุมชนค่าเฉลี่ย 4.00 ลำดับรองลงมาคือท่านเข้าร่วมการจัดกิจกรรมวันสำคัญทางศาสนาบ่อยๆ ค่าเฉลี่ยคือ 3.99 และหัวข้อท่านเข้าร่วมการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุบ่อยๆค่าเฉลี่ย 3.99

ตารางที่ 5 ระดับคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้าน		ระดับความต้องการ		
สภาพแวดล้อม		ค่าเฉลี่ย	ค่า S.D	แปลผล
1	การดำเนินชีวิตในประจำวันของท่านมีการดำเนินอย่างปลอดภัย	4.11	0.786	ระดับมาก
2	ท่านดำรงชีวิตอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี	4.14	0.764	ระดับมาก
3	ท่านมีสิ่งอำนวยความสะดวกในการใช้ชีวิต	4.10	0.757	ระดับมาก
4	ชุมชนของท่านมีสถานที่ออกกำลังกาย	3.99	0.855	ระดับมาก
ภาพรวม		4.08	0.790	ระดับมาก

จากตารางที่ 5 พบว่าคุณภาพชีวิตด้านสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลกอยู่ในระดับมาก ด้านสภาพแวดล้อมมีค่าเฉลี่ยของผู้ตอบแบบสอบถามสูงสุดคือหัวข้อท่านดำรงชีวิตอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดีค่าเฉลี่ย 4.14 และหัวข้อการดำเนินชีวิตในประจำวันของท่านมีการดำเนินอย่างปลอดภัยค่าเฉลี่ย 4.11 ลำดับรองลงมาคือท่านมีสิ่งอำนวยความสะดวกในการใช้ชีวิตค่าเฉลี่ย 4.10 และหัวข้อชุมชนของท่านมีสถานที่ออกกำลังกายค่าเฉลี่ย 3.99

2. ผลการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก

ผลการวิเคราะห์โดยใช้วิธีแบบการนำตัวแปรเข้าทั้งหมด (Enter multiple regression analysis) โดยมีปัจจัยนำเข้าที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในด้านชุมชนของผู้สูงอายุ ประกอบด้วยตัวแปร การเข้าร่วมกิจกรรม การเป็นสมาชิกของกลุ่ม ตำแหน่งหรือสถานภาพในชุมชน สภาพแวดล้อมในชุมชน และการได้รับข่าวสาร แสดงให้เห็นในตารางดังนี้

ตารางที่ 6 แสดงค่าความแปรปรวนในการพยากรณ์คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจากปัจจัยด้านชุมชนของผู้สูงอายุ

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	P
สมการถดถอย	80.109	4	20.027	206.468	.000
ความคลาดเคลื่อน	38.315	395	0.097		

*P<0.05

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่าความแปรปรวนในการพยากรณ์คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จากปัจจัยด้านชุมชนของผู้สูงอายุ พบว่า การดำรงตำแหน่งในชุมชน (qdnew) การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน (qcnew) สิ่งแวดล้อมในชุมชน (qcnew) การได้รับข้อมูลข่าวสาร (qcnew) สามารถอธิบายความผันแปรของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 7 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ถดถอยพหุคูณแบบการนำตัวแปรเข้าทั้งหมด (Enter multiple regression analysis) ของตัวแปรพยากรณ์ที่ใช้พยากรณ์คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ตัวแปรพยากรณ์	b	S.E.b	B	T	P
1.การดำรงตำแหน่งในชุมชน (qdnew)	0.219	0.036	0.263	6.153	.000
2.การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน (qcnew)	0.149	0.030	0.198	4.986	.000
3.สิ่งแวดล้อมในชุมชน (qbnew)	0.197	0.036	0.242	5.506	.000
4.การได้รับข้อมูลข่าวสาร (qanew)	0.203	0.033	0.262	6.150	.000
ค่าคงที่ 0.975					

*P<0.05

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ถดถอยพหุคูณแบบภาพรวมของตัวแปรพยากรณ์ที่ใช้พยากรณ์คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า การดำรงตำแหน่งในชุมชน (qcnew) มีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ถดถอยเท่ากับ 0.219 หมายความว่า หากให้ความสำคัญกับการดำรงตำแหน่งในชุมชน 1 หน่วย ผู้สูงอายุจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีเพิ่มขึ้น 0.219 หน่วย การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน (qcnew) มีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ถดถอยเท่ากับ 0.149 หมายความว่า หากให้ความสำคัญกับการเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน 1 หน่วย ผู้สูงอายุจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีเพิ่มขึ้น 0.149 หน่วย สิ่งแวดล้อมในชุมชน (qcnew) มีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ถดถอยเท่ากับ 0.197 หมายความว่า หากให้ความสำคัญกับสิ่งแวดล้อมในชุมชน 1 หน่วย ผู้สูงอายุจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีเพิ่มขึ้น 0.197 หน่วย การได้รับข้อมูลข่าวสาร มีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ถดถอยเท่ากับ 0.203 หมายความว่า หากให้ความสำคัญกับการได้รับข้อมูลข่าวสาร 1 หน่วย ผู้สูงอายุจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีเพิ่มขึ้น 0.203 หน่วย

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ

$y = 0.975 + 0.219 (\text{การดำรงตำแหน่งในชุมชน (qcnew)}) + 0.149 (\text{การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน (qcnew)}) + 0.197 (\text{สิ่งแวดล้อมในชุมชน (qcnew)}) + 0.203 (\text{การได้รับข้อมูลข่าวสาร (qcnew)})$

สมการพยากรณ์ในรูปแบบมาตรฐาน

$$Z = 0.263 (\text{การดำรงตำแหน่งในชุมชน (qcnew)}) + 0.198 (\text{การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน (qcnew)}) + 0.242 (\text{สิ่งแวดล้อมในชุมชน (qcnew)}) + 0.262 (\text{การได้รับข้อมูลข่าวสาร (qcnew)})$$

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก สรุปได้ดังนี้

ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภาพรวมอยู่ในระดับมาก ตัวแปรที่สำคัญๆ ที่ทำให้ผู้สูงอายุ เกิดความพึงพอใจ และเกิดความสุข สะท้อนถึงคุณภาพชีวิตที่ดี ดังนี้

1. คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย (Physical domain) อยู่ในระดับมาก เป็นการรับรู้ด้านร่างกายของบุคคลที่มีผลต่อชีวิตประจำวัน เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ การมีสุขภาพร่างกายที่ดี ทำให้รับรู้ว่ามีคุณภาพชีวิตที่ดี สุขภาพดีย่อมเป็นที่ปรารถนาของทุกคน ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่เป็นโรคง่ายกว่าผู้อื่น เนื่องจากสมรรถภาพในการทำหน้าที่ของอวัยวะต่างๆ ของร่างกายเสื่อมถอยลง หากผู้สูงอายุยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ปรับตัวให้เหมาะกับภาวะสุขภาพ การประเมินสุขภาพตนเองบ่งบอกถึงความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุได้ดีที่สุด สอดคล้องกับงานวิจัยของสุพร คูหา (2552 : 74) ที่สะท้อนว่าควรให้ความสำคัญในการปรับปรุงคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุ โดยผลการดำเนินการพบว่า ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ การดูแลสุขภาพเมื่อเจ็บไข้ได้ป่วย ดังนั้น แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสภาพร่างกายที่ดีของผู้สูงอายุควรเน้นการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย เช่น การเดิน/วิ่งเพื่อส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ การจัดสถานที่ของโรงเรียนตลอดจนอุปกรณ์สำหรับการออกกำลังกาย การประชาสัมพันธ์ข่าวสารในการดูแลสุขภาพตนเอง ซึ่งจะเน้นถึงการป้องกันทั้งในเชิงรุกและรับกับโรคภัยที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ รวมถึงอันตรายจากการสูบบุหรี่ และการดื่มของมึนเมา นอกจากนี้ยังต้องเน้นถึงการเลือกบริโภคอย่างชาญฉลาดเพื่อสุขภาพที่ดี ตลอดจนการติดต่อกับหน่วยงานแพทย์เคลื่อนที่ หรือหน่วยงานสาธารณสุขให้เข้ามาดูแลเรื่องการเจ็บไข้ได้ป่วยของผู้สูงอายุ

2. คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ (Psychological domain) อยู่ในระดับมาก เป็นการรับรู้สภาพจิตใจของตนเอง อาจรับรู้ได้ทั้งทางบวกและทางลบที่บุคคลอื่นมีต่อตนเอง จิตใจจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของคุณภาพชีวิตเพราะจิตใจผูกพันกับร่างกายอย่างใกล้ชิด สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพร คูหา (2552 : 54) ที่สะท้อนว่าควรมีการเสริมสร้างความมั่นคงทางใจให้กับผู้สูงอายุ เช่น การจัดโครงการแสดงธรรมเทศนาสำหรับผู้สูงอายุเป็นประจำทุกเดือน การจัดกิจกรรมกลุ่ม ชมรมสำหรับผู้สูงอายุ ดังนั้นแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของผู้สูงอายุควรที่จะเน้นในลักษณะการจัดกิจกรรมวันผู้สูงอายุ การแสดง

มุทิตาจิตกับผู้สูงอายุ การจัดงานวันคล้ายวันเกิด การจัดกิจกรรมท่องเที่ยวสถานที่สำคัญ การเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา การทำบุญ งานประเพณีวันสำคัญต่างๆ โดยชุมชนร่วมกับโรงเรียน การจัดกิจกรรมที่ให้ผู้สูงอายุแสดงออก เช่น การร้องรำทำเพลง การพบปะพูดคุยแสดงความคิดเห็น เป็นต้น

3. คุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Social relationship domain) อยู่ในระดับมาก เป็นการรับรู้ด้านความสัมพันธ์ของตนเองกับบุคคลอื่นในสังคม เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของคุณภาพชีวิตเช่นกัน เพราะมนุษย์ไม่สามารถอยู่คนเดียวในโลกได้ ต้องมีครอบครัว ชุมชน จึงทำให้ชีวิตมีความหมายมากขึ้น ผู้สูงอายุที่มีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น จะมีความสุขมีความพึงพอใจมากกว่าผู้สูงอายุที่ขาดความสัมพันธ์กับกลุ่มบุคคลอื่นสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปรียาภรณ์ ตั้งเพ็ญ (2551 : 95) ที่พบว่า ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม เช่น การเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ภายในสังคมหรือภายในชุมชน ทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตมากขึ้น โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ไม่มีบุตรหลาน เพราะผู้สูงอายุกลุ่มนี้จะมีความรู้สึกโดดเดี่ยว ว่าเหงา หรือรู้สึกว่าตนเองไม่มีความหมาย ดังนั้นการได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ภายในชุมชน จะช่วยให้สภาพจิตใจของผู้สูงอายุดีขึ้น

4. คุณภาพชีวิตด้านสภาพแวดล้อม (Environmental domain) อยู่ในระดับมาก เป็นการรับรู้และมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับสภาพแวดล้อม ที่อยู่อาศัย สาธารณูปโภค สภาพแวดล้อมทางจิต เช่น การปกครอง สวัสดิการการคมนาคม ตลอดจนความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น สอดคล้องกับงานวิจัยของทิพย์อรุณ สมภู (2552 : 64) ที่พบว่า การมีเพื่อนบ้านที่ดี ความรู้สึกปลอดภัยและความสามารถในการเข้าถึงระบบสาธารณูปโภคและบริการต่างๆ ล้วนเป็นปัจจัยที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญ

2. ผลการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเขตเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก

ผลการวิเคราะห์ พบว่า มีตัวแปรอิสระที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งสิ้น 4 ตัวแปร ซึ่งร่วมกันอธิบายการแปรผันของระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุแบบการนำตัวแปรเข้าทั้งหมด ได้ร้อยละ 82.2 ($R^2 = 0.822$) โดยตัวแปรที่มีประสิทธิภาพในการพยากรณ์คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในภาพรวมมากที่สุดคือ การดำรงตำแหน่งในชุมชน ($b = 0.219$) รองลงมาคือ การได้รับข้อมูลข่าวสาร ($b = 0.149$) สิ่งแวดล้อมในชุมชน ($b = 0.197$) และการเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน ($b = 0.149$) ตามลำดับ นั่นคือ ตัวแปรอิสระทั้งหมดสามารถส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในภาพรวม ดังนั้น ถ้ามีการส่งเสริมปัจจัยดังกล่าว จะทำให้ผู้สูงอายุในเขตเมือง เทศบาลตำบลอรัญญิกมีคุณภาพชีวิตที่สูงขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากผลการวิจัย พบว่า การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตชุมชนเมือง เทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภาพรวมอยู่ในระดับมาก ดังนั้นเพื่อให้การบริหารจัดการในด้านต่างๆ ที่เกี่ยวข้องมีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น หน่วยงานหรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องควรกำหนดนโยบายเพื่อพัฒนาและปรับปรุงในแต่ละด้านดังต่อไปนี้

1. ด้านสภาพร่างกายที่ดีในภาพรวม ควรกำหนดนโยบายเพื่อพัฒนาและปรับปรุงโดยเน้นการรักษาพยาบาลสุขภาพของผู้สูงอายุ
2. ความสัมพันธ์ทางสังคมในภาพรวม ควรมีการกำหนดกิจกรรมต่างๆ ให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมร่วมกันมากขึ้นในกิจกรรมเพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัวและสร้างความสัมพันธ์กับคนในชุมชนโดยไม่แบ่งแยกอายุด้วย
3. สภาพแวดล้อมในภาพรวม ควรกำหนดนโยบายเพื่อพัฒนาและปรับปรุง โดยเน้นในด้านความเป็นอยู่ที่ดีในการดำเนินชีวิตประจำวัน และด้านความเป็นอยู่ทางเศรษฐกิจ ตามลำดับ

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นๆ เพิ่มเติม เช่น โรคภัยไข้เจ็บกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุหรือเทคโนโลยีที่ทันสมัยกับคุณภาพชีวิต เนื่องจากในสถานการณ์ปัจจุบันมีความเกี่ยวข้องกับชีวิตของผู้สูงอายุ
2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุกับผู้ที่ไม่ได้มีการวางแผนและเตรียมความพร้อมก่อนการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2559). ยุทธศาสตร์แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 21 พฤศจิกายน 2562. แหล่งที่มา: <http://www.dop.go.th/th>
- ทิพย์อรุณ สมภู. (2552). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร. งานวิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ปรียาภรณ์ ตั้งเพียร. (2551). การสนับสนุนทางสังคม การเห็นคุณค่าในตนเองกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลพระนั่งเกล้า จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ผู้สูงอายุล้นโลก. (2552). สถานการณ์ผู้สูงอายุ. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 4 กุมภาพันธ์ 2552. แหล่งที่มา: <http://www.the-thainews.com/analyzed/inter/int010550.htm>

สุพร คูหา. (2552). *แนวทางการปรับปรุงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลหนองขาว อำเภอดำม่วง จังหวัดกาญจนบุรี*. รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการปกครองท้องถิ่น วิทยาลัยการปกครองท้องถิ่น. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

Graeme Hugo. (1992). *Review of the Population Aging Situation and Major Aging Issues at Local Levels in Productive Aging in Asia and the Pacific*. Asia Population Studies Series. ESCAP, UN.